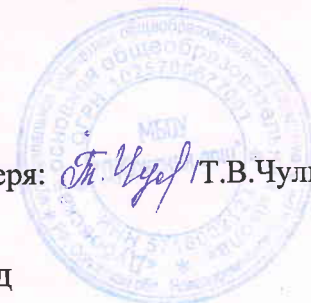


Утверждаю.

Начальник лагеря: *Т.В. Чулкова* / Т.В. Чулкова/



Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: 12-16 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества				№ рецептуры
			Белки г	Жиры г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
Неделя 2 День 4 13.06.2023г.	ДЕНЬ № 4- завтрак						
	Каша "Дружба"	250	6,2	8,7	29,9	222,5	54-16к-2020
	Пряник	100	4,8	77,7	2,8	335,8	
	Чай с сахаром	200	0,2	0,0	6,5	26,8	54-2гн-2020
	Батон	50	3,75	1,3	25,3	130,5	
	Итого завтрак:		14,95	87,7	64,5	715,6	
	ДЕНЬ № 4- обед						
Неделя 2 День 4	Салат из капусты с помидорами и огурцами	100	1,3	10,1	3,5	110	54-6з-2020
	Суп картофельный с горохом	250	5,66	5,46	26,16	167,88	206
	Каша рассыпчатая гречневая	200	9,94	7,48	47,78	307,26	679
	Котлета куриная	100	16,80	16,96	15,68	197,60	668
	Сок фруктовый	200	6,00	0,06	24,20	100,00	
	Батон	50	3,75	1,3	25,3	130,5	
	Хлеб ржаной	70	4,83	0,91	28,63	145,6	
	Фрукты свежие	200	0,40	0,40	9,80	47,00	
	Итого обед:		48,68	42,67	181,05	1205,84	